



**PENINGKATAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN SOSIAL  
MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK  
PERMAINAN SOSIAL PADA SISWA KELAS X SMA  
VIRGO FIDELIS TAHUN AJARAN 2016/2017**

**ARTIKEL TUGAS AKHIR**

**Disusun Oleh**

**Renyta Dewi Kristiani**

**132013025**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA**

**SALATIGA**

**2017**



## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Renyta Dewi Kristiani

NIM : 132013025

Email : renyta.civ@gmail.com

Fakultas : FKIP

Program Studi : Bimbingan Konseling

Judul tugas akhir : PENINGKATAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN SOSIAL MELALUI  
BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PERMAINAN SOSIAL PADA SISWA  
KELAS X SMA VIRGO FIDELIS TAHUN AJARAN 2016/2017

Pembimbing : 1. Dr. Yari Dwikurnaningsih, M.Pd

2. Setyorini, M.Pd

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Kristen Satya Wacana maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Kristen Satya Wacana.

Salatiga, 23 Mei 2017



Renyta Dewi Kristiani



PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS  
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA  
Jl. Diponegoro 52 - 60 Salatiga 50711  
Jawa Tengah, Indonesia  
Telp. 0298 - 321212, Fax. 0298 321433  
Email: library@adm.uksw.edu ; http://library.uksw.edu

### PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Renyta Dewi Kristiani  
NIM : 132013025 Email : renyta.civ@gmail.com  
Fakultas : FKIP Program Studi : Bimbingan Konseling  
Judul tugas akhir : PENINGKATAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN SOSIAL MELALUI  
BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PERMAINAN SOSIAL PADA SISWA  
KELAS X SMA VIRGO FIDELIS TAHUN AJARAN 2016/2017

Dengan ini saya menyerahkan hak *non-eksklusif*\* kepada Perpustakaan Universitas – Universitas Kristen Satya Wacana untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut (beri tanda pada kotak yang sesuai):


- ☒ a. Saya mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA
- ☐ b. Saya tidak mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA\*\*

\* Hak yang tidak terbatasnya bagi satu pihak saja. Pengajar, peneliti, dan mahasiswa yang menyerahkan hak non-eksklusif kepada Repositori Perpustakaan Universitas saat mengumpulkan hasil karya mereka masih memiliki hak copyright atas karya tersebut.

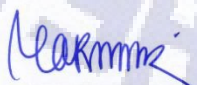
\*\* Hanya akan menampilkan halaman judul dan abstrak. Pilihan ini harus dilampiri dengan penjelasan/ alasan tertulis dari pembimbing TA dan diketahui oleh pimpinan fakultas (dekan/prodi).

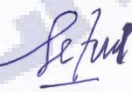
Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Salatiga, 23 Mei 2017

  
Renyta Dewi Kristiani

Mengetahui,

  
Dr. Yari Dwikaningsih, M.Pd  
Pembimbing I

  
Setyorini, M.Pd  
Pembimbing II

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PENINGKATAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN SOSIAL  
MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PERMAINAN  
SOSIAL PADA SISWA KELAS X SMA VIRGO FIDELIS TAHUN**

**AJARAN 2016/2017**

**ARTIKEL TUGAS AKHIR**

Oleh

**Renyta Dewi Kristiani**

**132013025**

Disetujui Oleh :

  
**Dr. Yari Dwikurnaningsih, M.Pd**

Pembimbing I

  
**Setvorini, M.Pd**

Pembimbing II



**LEMBAR PENGESAHAN**

**PENINGKATAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN SOSIAL  
MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PERMAINAN  
SOSIAL PADA SISWA KELAS X SMA VIRGO FIDELIS  
TAHUN AJARAN 2016/2017**

**TUGAS AKHIR**

Mengesahkan bahwa Tugas Akhir ini telah diuji, dipertahankan dan  
disetujui dalam Sidang Ujian Tugas Akhir pada tanggal 24 Mei 2017

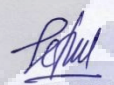
**Oleh**

**Renyta Dewi Kristiani**

**132013025**

**Disetujui Oleh :**

  
**Dr. Yari Dwikurnaningsih, M.Pd**  
Dekan FKIP

  
**Setvorini, M.Pd**  
Kaprogdi

**PENINGKATAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN SOSIAL MELALUI  
BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PERMAINAN SOSIAL PADA SISWA  
KELAS X SMA VIRGO FIDELIS TAHUN AJARAN 2016/2017**

**Oleh : Renyta Dewi Kristiani**

**Pembimbing I : Dr. Yari Dwi Kurnaningsih,. M.Pd**

**Pembimbing II : Setyorini,. M.Pd**

Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP-UKSW

**ABSTRAK**

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu, yang dilakukan pada siswa kelas X di SMA Virgo Fidelis Bawen yang memiliki kemampuan penyesuaian sosial yang berkategori rendah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui signifikansi meningkatkan kemampuan penyesuaian sosial melalui bimbingan kelompok dengan teknik permainan pada siswa kelas X SMA Virgo Fidelis Bawen. Subjek penelitian ini adalah 15 siswa kelas X yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 8 siswa kelompok eksperimen dan 7 siswa kelompok kontrol. Alat ukur yang dipakai dalam penelitian ini adalah skala sikap penyesuaian sosial yang dikembangkan berdasarkan teori penyesuaian sosial yang baik menurut Hurlock (1990) dengan jumlah 38 item pernyataan. Pengukuran pada saat *pre test* dan *post test* menggunakan skala sikap yang sama. Kelompok eksperimen mendapatkan *treatment* bimbingan kelompok selama 8 kali pertemuan, kelompok kontrol tidak mendapat *treatment*. Teknik analisis data yang dipakai dalam penelitian ini adalah *Two Independent Sample Test (Mann Whitney Test)* yang diolah dengan menggunakan program *SPSS for Windows versi 16.0*. Hasil analisis menggunakan teknik *Mann Whitney post test* penelitian diperoleh *Asymp.Sig. (2-tailed)* sebesar  $0,004 < 0,050$ , selain itu terjadi peningkatan kemampuan penyesuaian sosial dilihat dari hasil *mean rank pre test* sebesar 4,50 dan *mean rank post test* sebesar 12,50. Hasil yang diperoleh terdapat selisih sebesar 8. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan yang signifikan kemampuan penyesuaian sosial siswa kelas X SMA Virgo Fidelis Bawen melalui bimbingan kelompok teknik permainan.

*Kata Kunci : Bimbingan Kelompok, Teknik Permainan Sosial, Penyesuaian Sosial.*

**PENDAHULUAN**

Hurlock (1999) menerangkan bahwa salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian

sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan orang lain diluar lingkungan keluarga. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak

penyesuaian baru. Yang terpenting dan tersulit adalah penyesuaian diri dengan pengaruh kelompok teman sebaya agar dapat diterima dilingkungan.

Schneiders (1964) menjelaskan batasan penyesuaian sosial sebagai usaha individu dengan kemampuan kapasitas yang dimilikinya untuk bereaksi secara efektif dan memadai terhadap realitas sosial adapun tujuan dari usaha tersebut adalah untuk memenuhi tuntutan sosial dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan bagi dirinya maupun bagi lingkungannya.

Berdasarkan data yang diperoleh dari wawancara dengan guru Bimbingan Konseling SMA Virgo Fidelis Bawen, terdapat permasalahan yang paling menonjol pada siswa kelas X yaitu kurangnya penyesuaian siswa terhadap kelompok sosialnya. Kelompok sosial ini adalah teman bermainnya. Guru Bimbingan Konseling SMA Virgo Fidelis menjelaskan bahwa terdapat beberapa siswa yang merasa kurang percaya diri dalam menyesuaikan diri dengan berinteraksi secara baik dengan teman-teman sekelasnya.

Permasalahan kurangnya penyesuaian sosial siswa tersebut diperkuat dengan data hasil pra penelitian yang telah penulis lakukan di kelas X SMA Virgo Fidelis Bawen menunjukkan bahwa sebagian besar siswa hampir 66,66% memiliki kategori penyesuaian sosial sangat rendah dan rendah. Salah satu cara untuk meningkatkan penyesuaian sosial adalah dengan bimbingan dan konseling. Penyesuaian sosial perlu ditingkatkan karena penyesuaian sosial

merupakan salah satu perkembangan kepribadian yang jika tidak ditingkatkan maka akan membuat siswa akan susah untuk bersosialisasi dengan teman sebayanya<sup>1</sup>. Dalam upaya meningkatkan penyesuaian sosial siswa tersebut, penulis menggunakan bentuk bimbingan kelompok dengan teknik permainan.

Dalam penelitian Rosidah (2013) mengenai efektivitas teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa disimpulkan bahwa hasil penelitian menjelaskan bahwa teknik permainan dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Selain itu dalam penelitian Ima Rahmawati (2013) mengenai penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas V SD negeri salatiga 12 membuktikan bahwa penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa di sekolah tersebut.

Peneliti memilih tempat penelitian di SMA Virgo Fidelis Bawen karena sekolah tersebut belum pernah dilakukan penelitian sebelumnya dengan variabel kemampuan penyesuaian sosial. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di SMA Virgo Fidelis Bawen didapati bahwa banyak siswa yang kurang dapat menyesuaikan diri terhadap sosial. Maka untuk dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian sosial dengan baik, peneliti akan melakukan bimbingan



kelompok dengan teknik permainan sosial. Melalui bimbingan kelompok diharapkan siswa dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian sosial.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti bermaksud untuk menyatakan signifikansi peningkatan kemampuan penyesuaian sosial melalui bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan pada siswa kelas X SMA Virgo Fidelis Bawen.

## **LANDASAN TEORI**

### **Penyesuaian Sosial**

Hurlock (2002) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai keberhasilan seseorang untuk beradaptasi dan menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya. Schneiders (1985) berpendapat bahwa penyesuaian sosial adalah sejauh mana individu mampu bereaksi secara sehat dan efektif terhadap hubungan, situasi, dan kenyataan sosial yang merupakan kebutuhan kehidupan sosial.

Hurlock (1990) setelah masuk ke bangku sekolah dasar, penerimaan kelompok teman sebaya sangatlah penting. Anak lalu berusaha mengembangkan sifat-sifat yang dikagumi oleh teman sebayanya. Anak yang diterima dalam kelompok sosial teman sebayanya akan lebih mengembangkan rasa percaya diri, pandai membawakan diri, dan akan mendapat lebih banyak teman. Hurlock (1990) juga menambahkan, jika anak gagal memperoleh penerimaan sosial dari kelompok teman sebayanya, ada kemungkinan anak tersebut akan

mempersalahkan keadaan dirinya yang tidak sesuai dengan harapan teman sebayanya.

Schneiders (dalam Rahmawati, 2013) mendefinisikan penyesuaian merupakan proses yang mencakup respon mental dan perilaku di dalam mengatasi tuntutan sosial yang membebani dirinya dan dialami dalam relasinya dengan lingkungan sosial. Proses dalam penyesuaian merupakan runtutan perkembangan kemajuan hubungan anak dengan teman sebaya. Respon mental dan perilaku yaitu tanggapan anak berupa pikiran dan perilaku di dalam menjalin hubungan dengan teman sebaya. Tuntutan sosial berupa keinginan dan harapan dari teman sebaya yang dapat membebani anak dalam hubungannya dengan teman sebaya di sekolah.

### **Bimbingan Kelompok**

Prayitno (1995) bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain sebagainya. Apa yang dibicarakan dalam kegiatan kelompok tersebut semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri maupun untuk peserta lainnya.

Winkel & Sri Hastuti (2006) menyebutkan bahwa terdapat dua bentuk bimbingan yaitu bimbingan individual bilamana siswa yang dilayani hanya satu orang, dan bimbingan kelompok bilamana siswa yang dilayani lebih dari satu orang.



Dalam upaya meningkatkan penyesuaian sosial siswa yang jumlahnya lebih dari satu orang, penulis menggunakan bentuk bimbingan kelompok dengan teknik permainan sosial.

Menurut Romlah (1989) bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu yang berupa penyampaian informasi yang tepat mengenai masalah pendidikan, pekerjaan, pemahaman pribadi, penyesuaian diri, dan masalah hubungan antar pribadi dimana kegiatan tersebut dilakukan dalam kelompok.

Sedangkan menurut Setyorini (2010) dalam Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan kepada beberapa orang peserta didik (idealnya 8-15 orang) untuk membantu peserta didik mengembangkan dirinya dan memperoleh pemahaman baru dari topik-topik yang dibahasnya melalui dinamika kelompok.

### **Permainan Sosial**

Hurlock (1990) menjelaskan bahwa bermain memiliki andil yang sangat besar terhadap perkembangan anak. Pengaruh bermain bagi perkembangan anak adalah dapat mengembangkan otot dan melatih seluruh bagian tubuh, belajar komunikasi, penyaluran bagi energi emosional yang terpendam, penyaluran bagi kebutuhan dan keinginan. Selain itu bermain dapat memberikan kesempatan bagi anak untuk mempelajari berbagai hal, merangsang kreativitas,

membandingkan kemampuaan yang mereka miliki dengan kemampuan orang lain, belajar bermasyarakat, belajar bekerja sama, sportivitas, melatih kejujuran dan sebagainya.

Menurut Muliawan (2009) bermain merupakan suatu kegiatan yang dilakukan seseorang untuk memperoleh kesenangan tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Ada orang tua yang berpendapat bahwa terlalu banyak bermain akan membuat anak menjadi malas bekerja dan bodoh. Anggapan ini kurang bijaksana. Karena, beberapa ahli psikologi mengatakan bahwa permainan sangat besar pengaruhnya terhadap perkembangan jiwa anak.

### **Penelitian yang Relevan**

Penelitian Sukma (2011) mengenai teknik permainan simulasi dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas X SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung Tahun Pelajaran 2010/2011, membuktikan bahwa teknik permainan simulasi efektif digunakan untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Penelitian Ima Rahmawati (2013) mengenai penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas V SD negeri salatiga 12 membuktikan bahwa penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa di sekolah tersebut.

### **METODE PENELITIAN**

#### **Rancangan Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu. Penelitian eksperimen dilaksanakan untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan kemampuan penyesuaian sosial melalui bimbingan kelompok.

Kelompok pertama disebut “kelompok eksperimen”, yaitu kelompok yang akan diberi layanan bimbingan kelompok. Kelompok kedua disebut “kelompok kontrol” yaitu kelompok yang tidak diberi layanan bimbingan kelompok. Kelompok kontrol berfungsi sebagai pembanding untuk mengetahui perbedaan yang mungkin tampak antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dalam eksperimen ini kedua kelompok diberikan tes awal (*pre test*) sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok, dan tes akhir (*post test*) sesudah dilakukan layanan bimbingan kelompok.

*Pre test* dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen. Setelah kelompok eksperimen diberikan bimbingan kelompok dengan teknik permainan, kedua kelompok baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol diberikan *post test* untuk mengetahui sejauh mana keefektifan teknik permainan dalam meningkatkan penyesuaian sosial siswa, kemudian dapat dilihat hasil dari kedua kelompok tersebut.

### **Subjek Penelitian**

Subjek yang diambil dalam penelitian ini adalah 15 siswa kelas X SMA Virgo Fidelis Bawen yang memiliki penyesuaian sosial sangat

rendah dan rendah. Subjek diambil melalui hasil data dari penyebaran skala kemampuan penyesuaian sosial.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data melalui survei yang digunakan berupa skala sikap. Penulis menggunakan alat ukur Skala penyesuaian sosial pada penelitian ini merupakan adaptasi dari Ima Rahmawati (2013). Modifikasi yang dilakukan dengan cara memperbaiki tata bahasa dan makna item atau pernyataan dengan tujuan agar lebih sesuai dengan kondisi subjek penelitian.

Skala penyesuaian sosial disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian sosial yang dikemukakan oleh Hurlock (1990) yaitu aspek penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap kelompok, sikap sosial dan kepuasan pribadi. Dalam penelitiannya ini yang dimaksud dengan item pernyataan *favorabel* adalah pernyataan yang mendukung rumusan penyesuaian sosial yang baik, sedangkan item *unfavorabel* adalah pernyataan yang berlawanan arah atau bertentangan dengan rumusan penyesuaian sosial yang baik.

### **Teknik Analisis Data**

Untuk memperoleh hipotesis mengenai peningkatan kemampuan penyesuaian sosial melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan sosial, penulis menggunakan teknik analisis *Mann Whitney U-test*.

*Mann Whitney U-test* digunakan untuk melihat perbedaan nilai tes akhir (*post-test*) pada

kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dalam menganalisis data, penulis menggunakan bantuan

Jumlah	736	932		
Rata-rata	92	116.5		

No.	Nama		Skor Post Test		Kategori	
	Eks	Kontrol	Eks	Kontrol	Eks	Kontrol
1	PW	BA	119	105	Tinggi	Rendah
2	YR	YK	122	100	Tinggi	Rendah
3	NA	YKT	120	105	Tinggi	Rendah
4	CI	RR	124	104	Tinggi	Rendah
5	GD	VA	108	102	Rendah	Rendah
6	WB	PG	115	112	Tinggi	Tinggi
7	MA	MD	106	107	Rendah	Rendah
8	BS		118		Tinggi	
Jumlah			932	735		
Rata-rata			116.5	105		

Dari tabel dapat dilihat hasil *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan. Rata-rata skor penyesuaian sosial pada *pre test* adalah 92, sedangkan rata-rata skor penyesuaian sosial pada *post test* adalah 116,5 ada peningkatan rata-rata kelompok eksperimen sebesar 24,5.

program komputer SPSS versi 16.0 for Windows.

## HASIL PENELITIAN

Setelah memberikan *post test* terhadap 15 siswa yang tergabung dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, kemudian penulis mengolah skala penyesuaian sosial tersebut. Tabel dibawah ini merupakan perbandingan hasil *pre test* - *post test* kelompok eksperimen :

### Perbandingan Hasil Pre Test – Post Test Kelompok Eksperimen

No.	Nama	Total		Kategori	
		Pre	Post	Pre	Post
1	PW	80	119	Sangat Rendah	Tinggi
2	YR	87	122	Sangat Rendah	Tinggi
3	NA	88	120	Rendah	Tinggi
4	CI	94	124	Rendah	Tinggi
5	GD	95	108	Rendah	Rendah
6	WB	96	115	Rendah	Tinggi
7	MA	98	106	Rendah	Rendah
8	BS	98	118	Rendah	Tinggi

### Perbandingan Hasil Post Test Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol

Tabel diatas menjelaskan adanya perbedaan rata-rata hasil *post test* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Rata-rata skor *post test* penyesuaian sosial kelompok eksperimen adalah 116,5 sedangkan rata-rata skor *post test* penyesuaian sosial kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol dengan selisih 11,5.

Berdasarkan hasil *post test* pada kelompok eksperimen terdapat 6 siswa yang memiliki penyesuaian sosial yang tinggi, dan terdapat 2 siswa



yang memiliki kategori rendah. Pada kelompok kontrol terdapat 1 siswa yang memiliki kategori penyesuaian sosial yang tinggi dan terdapat 6 siswa dengan kategori penyesuaian sosial rendah. Dengan demikian ada perubahan kategori penyesuaian sosial

ditunjukkan yaitu *Asymp. Sig. (2-tailed)*  $0,001 < 0,050$ . Dengan demikian terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan.

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Skorpost
Mann-Whitney U	3.000
Wilcoxon W	31.000
Z	-2.896
Asymp. Sig. (2-tailed)	.004
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.002 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: Kelompok  
b. Not corrected for ties.

Penulis membedakan secara signifikan *post test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan teknik *Mann Whitney*. Tabel dibawah berikut akan menjelaskan hasil analisis dari *post test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol :

#### Uji Mann Whitney Post Test Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol Mann-Whitney Test

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skorpost	eksperimen	8	11.13	89.00
	Kontrol	7	4.43	31.00
	Total	15		

pada kelompok eksperimen.

#### Uji Mann Whitney Pre Test Dan Post Test Kelompok Eksperimen Mann-Whitney Test

Test Statistics <sup>a</sup>	
	EKSPERIMEN
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	36.000
Z	-3.363
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: TEST  
b. Not corrected for ties.

Dari tabel 4.9 dijelaskan bahwa hasil uji statistik *post test* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan teknik *Mann Whitney* terlihat bahwa *Asymp. Sig. (2-tailed)*  $0,004 < 0,050$  dengan *mean rank post test* kelompok eksperimen adalah 11,13 sedangkan *mean rank post test* kelompok kontrol adalah 4,43. Dengan demikian terdapat perbedaan yang signifikan dari *post test* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Terjadi peningkatan yang signifikan penyesuaian sosial pada kelompok eksperimen sebelum dan

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan hasil uji *Mann Whitney pre test* dan *post test* pada kelompok eksperimen, *mean rank pre test* sebesar 4,50 dan *mean rank post test* 12,50 dan signifikansi yang

sesudah diberikan layanan dengan *mean rank pre test* dan *post test* kelompok eksperimen  $4,50 < 12,50$  sehingga terjadi peningkatan *mean rank* sesudah diberikannya layanan sebesar 8.

### Uji Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan dapat meningkatkan secara signifikan penyesuaian sosial siswa kelas X SMA Virgo Fidelis. Berdasarkan hasil analisis menggunakan teknik *Mann Whitney* dapat diketahui bahwa hasil *post test* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memperoleh hasil *Asymp. Sig. (2-tailed)*  $0,004 < 0,050$ .

Hasil *mean rank* kelompok eksperimen dan kontrol yaitu  $11,13 > 4,43$  dengan hasil tersebut dapat dianalisis bahwa nilai *mean rank* kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan nilai *mean rank* kelompok kontrol. Dari hasil tersebut dapat menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selain itu terdapat peningkatan yang signifikan penyesuaian sosial pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik permainan dengan *mean rank pre tes* dan *post test* kelompok eksperimen yaitu  $4,50 < 12,50$  sehingga terjadi peningkatan *mean rank* sesudah diberikan layanan sebesar 8 dengan signifikansi yang ditunjukkan yaitu *Asymp. Sig. (2-tailed)*  $0,001 < 0,050$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan **diterima.**

### PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis dari penelitian yang penulis lakukan dapat diketahui bahwa bimbingan kelompok teknik permainan dapat meningkatkan penyesuaian sosial secara signifikan siswa kelas X SMA Virgo Fidelis Bawen dengan ditunjukkannya signifikansi *Asymp. Sig. (2-tailed)*  $0,004 < 0,050$  dan selisih *mean rank* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebesar 6,7. Terjadi peningkatan penyesuaian sosial yang signifikan pada kelompok eksperimen sesudah diberikannya layanan bimbingan kelompok teknik permainan hal ini dibuktikan dengan *mean rank pre test* dan *post test* kelompok eksperimen yaitu  $4,50 < 12,50$  sehingga terjadi peningkatan *mean rank* sesudah diberikan layanan sebesar 8, signifikansi yang ditunjukkan yaitu *Asymp. Sig. (2-tailed)*  $0,001 < 0,050$ .

Dari hasil uji hipotesis diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada saat *post test* dan penyesuaian sosial kelompok eksperimen terjadi peningkatan setelah diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan.

Hasil penelitian yang telah penulis lakukan selaras dengan hasil penelitian Ima Rahmawati (2013) yang menyatakan bahwa penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa. Hasil penelitian Ima Rahmawati (2013) memiliki hasil *p-value (2-tailed)*  $= 0,002 < 0,050$  dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hasil skor rata-rata

kelompok eksperimen yang diberikan *treatment* berupa penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok lebih besar dibandingkan dengan skor rata-rata kelompok kontrol, sehingga rata-rata data antara *pre test* dan *post test* berbeda secara signifikan. Berdasarkan hasil tersebut maka teknik permainan dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Penulis melakukan 8 kali pertemuan kepada kelompok eksperimen untuk memberikan layanan permainan yang terdiri dari 8 indikator terendah. Tema dari permainan yang penulis lakukan adalah jadilah proaktif, *problem solving*, *show your love*, tanggung jawab, *learn from failure*, integritas, kreatifitas, dan pengendalian diri. Penulis memberikan tema yang berbeda-beda dan berbagai layanan permainan dengan bermacam-macam juga.

Dalam melakukan penelitian yang dilakukan penulis berhasil karena beberapa faktor yang mendukung. Adanya faktor yang mendukung penulis sehingga berhasilnya penelitian yang dilakukan adalah adanya kerjasama yang baik antara penulis, guru dan siswa, faktor pemilihan tempat dan waktu serta faktor dalam interaksi antara penulis dengan siswa yang terjalin baik. Penelitian yang dilakukan penulis tentang teknik permainan juga merupakan metode yang menyenangkan sehingga sangat menarik siswa dalam mengikuti layanan.

Layanan bimbingan kelompok teknik permainan yang telah dilakukan

oleh penulis dapat meningkatkan secara signifikan penyesuaian sosial siswa kelas X SMA Virgo Fidelis karena layanan yang diberikan khususnya kepada kelompok eksperimen disusun dengan tema yang disesuaikan dengan indikator-indikator yang rendah. Penulis memberikan layanan permainan yang kreatif, menyenangkan dan sesuai dengan usia siswa kelas X (15-16 tahun).

Penulis melakukan layanan kegiatan permainan di lapangan basket sekolah, siswa sangat senang jika melakukan kegiatan di lapangan basket karena udaranya sejuk, luas dan nyaman untuk melakukan kegiatan. Penulis melakukan layanan permainan pada saat para siswa pulang sekolah berdasarkan rekomendasi dari guru bimbingan konseling agar layanan yang dilaksanakan oleh penulis tidak mengganggu jam pelajaran siswa di sekolah.

Penulis memiliki sikap yang ramah dan mudah menerima membuat 8 siswa yang tergabung dalam kelompok eksperimen merasa mudah menjadi akrab dengan penulis dan merasa nyaman dengan penulis. Hubungan antara siswa dan penulis yang dekat membuat hubungan yang baik, siswa dapat terbuka dan menerima hal-hal yang baru dari penulis.

Kelemahan pada penelitian ini penulis tidak mengirakan waktu yang tepat untuk melaksanakan layanan permainan bimbingan kelompok. Penulis melakukan layanan setiap pulang sekolah, sehingga beberapa siswa sering mengeluh kegiatan lebih



cepat selesai. Beberapa siswa merasa capek jika harus melakukan kegiatan layanan permainan sepulang sekolah, sehingga hal ini mengakibatkan saat pelaksanaan layanan terkadang siswa tidak bersemangat mengikuti permainan. Selain itu kelemahan dari penelitian ini adalah penulis tidak dapat menemukan jumlah kelompok eksperimen dan kontrol yang sama.

Jadi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan dapat meningkatkan penyesuaian sosial siswa kelas X SMA Virgo Fidelis Bawen. Dengan memilih teknik permainan yang menyenangkan dan sesuai untuk dipakai dalam memberikan layanan. Jenis permainan yang sesuai dengan indikator-indikator terendah dan sesuai dengan tema merupakan faktor-faktor penentu dari keberhasilan pada layanan kegiatan ini.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan secara signifikan dapat meningkatkan penyesuaian sosial pada siswa kelas X SMA Virgo Fidelis Bawen. Hal itu dapat dibuktikan dengan hasil perolehan analisis data dari uji *Mann Whitney post test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memperoleh hasil *Asymp. Sig. (2-tailed)*  $0,004 < 0,050$  dengan *mean rank post test* kelompok eksperimen adalah 11,13 dan *mean rank post test* kelompok kontrol adalah 4,43 dengan selisih 6,7. Sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara

kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada hasil *post test*.

Sedangkan hasil olah data *pre test* dan *post test* pada kelompok eksperimen diperoleh *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar  $0,001 < 0,050$  dengan *mean rank pre test* 4,50 dan *post test* 12,50 dengan peningkatan sebesar 8 membuktikan terjadinya peningkatan kelompok eksperimen sebelum diberikan layanan dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan. Penelitian yang dilakukan oleh penulis ini mendukung teori yang telah dikemukakan oleh Hurlock.

### **Saran**

a. Bagi pihak siswa

Bagi siswa yang mengalami kemampuan penyesuaian sosial rendah, peneliti menyarankan agar siswa dapat meningkatkan penyesuaian sosialnya dengan lebih aktif melakukan kegiatan-kegiatan positif yang mendukung siswa agar penyesuaian sosialnya dapat meningkat. Siswa yang kurang dalam penyesuaian sosialnya dapat mengikuti kegiatan-kegiatan positif seperti kegiatan ekstrakurikuler dan bisa mengikuti kegiatan bimbingan kelompok yang diadakan disekolah dengan guru bimbingan konseling.

b. Bagi pihak sekolah

Berdasarkan penelitian yang peneliti lakukan, bahwa kemampuan penyesuaian sosial dapat ditingkatkan melalui teknik permainan. Maka peneliti memberikan masukan kepada pihak sekolah dan guru bimbingan konseling bahwa masih ada banyak siswa yang mengalami permasalahan

kemampuan penyesuaian sosial yang rendah, tetapi belum dapat dibantu untuk meningkatkannya melalui layanan bimbingan kelompok oleh peneliti. Sebaiknya guru bimbingan konseling memperhatikan dan bisa memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan siswa yang termasuk dalam kelompok kontrol atau siswa lainnya yang mengalami permasalahan kemampuan penyesuaian sosial dalam pembelajaran sehari-hari. Selain itu, pihak sekolah juga perlu berupaya untuk meningkatkan penyesuaian sosial dengan mengembangkan kegiatan-kegiatan positif seperti ekstrakurikuler, membentuk kelompok belajar, dan sebagainya.

c. Bagi peneliti selanjutnya  
Berdasarkan hasil penelitian yang sudah peneliti lakukan, peneliti memberikan saran agar dapat meneliti dengan topik bimbingan kelompok yang lebih bervariasi dan kreatif dalam menentukan tema permainan yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dalam memberikan layanan untuk meningkatkan penyesuaian sosial pada siswa. Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi peneliti selanjutnya.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Azwar, S. 2002. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- , 2012. *Reliabilitas dan Validitas ed. 4*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Arikunto, S. 2010. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Calhoun J.F, Acocella. JR. 1995. *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan ed. 3 (Edisi Terjemah)*. Semarang : IKIP Semarang Press.
- Fauziah, H. (2004). *Pengembangan Program Bimbingan Penyesuaian Sosial*. Skripsi Jurusan PPB FIP UPI Bandung. Tidak diterbitkan.
- Hari Soetjiningsih, Christiana. 2012. *Perkembangan Anak (sejak pembuahan sampai dengan kanak-kanak akhir) Seri Psikologi Perkembangan*. Jakarta : PRENADA GROUP
- Hartinah, Siti. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung : PT Refika Setia.
- Hurlock B. Elizabeth. 1990. *Perkembangan anak jilid II*. Jakarta : Erlangga
- . 1991. *Psikologi Perkembangan; Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (alih bahasa Istiwidayanti & Soejarwo) Jakarta : Erlangga.
- Kartono, K. 1990. *Psikologi Anak (Psikologi Perkembangan)*. Bandung : Mandar Maju.
- Muliawan. 2009. *Pengertian Bermain*. Bandung : CV Pustaka Setia
- Prayitno, 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Padang : Ghalia Indonesia.

- Rahmawati, Ima. 2013. *Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Kelas V SD Negeri Salatiga 12*. Salatiga : UKSW. Skripsi. Tidak diterbitkan.
- Romlah, Tatiek. 1989. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Rosidah, Ainur. 2013. *Efektivitas Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa*. Bandung : UPI. Tesis. Tidak diterbitkan.
- Rusmana, Nandang. 2009. *Permainan (Game & Play)*. Bandung : Risqi Press.
- Sarwono, S. W. 2002. *Psikologi Remaja*. Jakarta : Rajawali
- Saputra, M. T. (2001). *Bermain Mainan dan Permainan*. Jakarta : Grasindo.
- Soetjiningsih, C. H. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak*. Salatiga : Widyasari Press.
- Sugiyono, 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- \_\_\_\_\_, 2011. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta. PT Rineka Cipta.
- Sukma, Anita. 2011. *Efektivitas Teknik Permainan Simulasi dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung Tahun Pelajaran 2010/2011*. Bandung : UPI. Tesis. Tidak diterbitkan.
- Suwarjo & Elisa. 2012. *55 Permainan (games) dalam Bimbingan Konseling*. Yogyakarta : Paramitra Publishing.
- Syam, Mahfud. 2010. "Ice Breaking Definition"  
<http://akselera.wordpress.com>  
14/01/2017
- Wibowo. 2005. *Konsep Bimbingan Kelompok*. Jakarta : Erlangga
- Winkel, W.S & Sri Hastuti. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta : Media Abadi.